

木曾郡開田村の食生活とスンキ

伊藤 徳・三田コト・広田直子

I 緒言

長野県木曾地方の伝承食品であるスンキに関する研究は、中山・小池らによるスンキの乳酸菌群の検索(1965年)¹⁾、および、板橋・泉谷らによるスンキのアミノ酸組成ならびに栄養学的位置付けに関する研究(1978~1980年)²⁾などがある。いずれもスンキは食塩を使わない菜の漬け物で、その漬け込み原料となる菜を加熱し、タネを用いるなど特殊な醗酵食品であることに着目し、それぞれの面から科学的な検討がなされた報告である。しかし、スンキが地域の過去の食生活の中でどのような位置を占めてきたかの記録は見当たらない。

しかし、少くとも今から約300年前には、現在より一般的に多少知られた食物であったと推定される事項がある。それは元禄3年(1690年)8月下旬に義仲寺内無明庵(大津市馬場町)において、木曾の出身者ではない芭蕉一門の催した連句会にスンキ(木曾の酢茎^{すくば})の詠まれていることから、俳人達には共通に理解できる食物であったと推測できる。

現在は、スンキは木曾地方の特殊な食品であって、一般にはあまり知られていない。著者らは、激しく変貌する地域社会の中で、日常の食事に生き続けてきたこの郷土の食物がどのように変るであろうか、スンキの消長を見守って行きたいと考えている。

昭和54年2月および7月に木曾郡開田村、王滝村、木曾福島町でその目的を含めて食事調査を実施しその概要を先に報告した。またその調査によって3地区ではスンキの利用率が現在比較的高いのは開田村であることが判明した。今回はその開田村において、スンキの漬け込みが済み、スンキを食べている54年11月末に食事調査を実施した。また同時にスンキに関する諸調査も行った。今回の調査に、先に実施した同年2月および7月の調査資料を加えて、昭和54年の開田村の食生活とスンキに関する概況を把握したので、ここに報告する。

II 調査方法

1. 調査用紙記入による調査

期日 昭和54年11月20・21・22日

調査対象者 開田中学校2・3年生全員(99名)、調査用紙回収率64.6%

調査内容⁴⁾ 前報と同様3日間の食事内容及びスンキについて

2. 聴取り調査

対象は開田村に生れ育ち現在村に住んでいる男性3名(50~70才)、女性5名(60~75才)

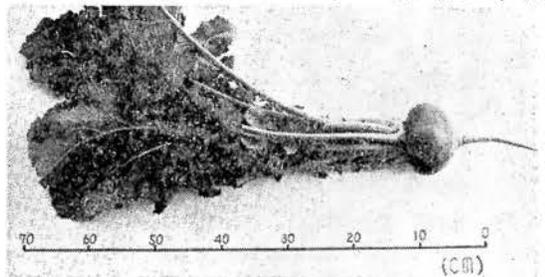
内容は昭和30年以前の食生活及びスンキの漬け方などについて

III 結果と考察

1. スンキにするカブナについて

木曾郡開田村ではスンキの材料とする菜を「カブナ」あるいは「末川カブ」とよんでいる。また「開田カブ」というよび方もあり、農業技術大系の野菜編にも開田カブという名称で記載されている。このカブナの品種・系統については不明なので長野県農業総合試験場にその検討を依頼したが、次のことから古くからこの地に土着しているものであると推定した。カブナの種子は、畑で冬越ししたカブナが春になってとうが立ち、実となったものを使うのが普通で、市販されている種子ではないと村の古老は語っている。

種蒔は8月で、10月下旬から11月上旬に収穫される。カブナは1図のようであり、草たけは一般に約60cm、根



1図 スンキ材料のカブナ

は直径約10cm前後、表皮は濃紫色で果肉部は白いカブである。

スンキにはこのカブを除き、茎と葉の部分を用いる。

2. スンキダネ

村の古老がスンキダネについて語った内容の要点を記すと次のとおりである。

①乾燥スンキ……これは初冬に漬け込み、冬期間中食べているスンキの一部を寒中に陰干しにし、乾燥して保存する。これを乾燥スンキまたはスンキダネまたはスンキのモトという。

②山ぶどうまたはズミ……晩秋の山野に自生する山ぶどうあるいはズミを採集してスンキダネとする。

③スンキの漬け汁……スンキの桶に残る漬け汁をびんに入れて保存し、次の漬け込みにスンキダネとして使う。現在は夏期には冷蔵庫に保存しているが、昔はムロに保存したという。

この3種類のスンキダネのうち乾燥スンキの利用が最も多い。またスンキダネがなくともスンキ漬は可能である。

さて、スンキダネの使用状況については表1のとおり

表1 スンキダネの使用状況 (%)

使用の有無	家族形態	三世大家族	核家族
	家庭数(戸)	66	26
スンキダネを使用する		86.4	92.3
" 使用しない		12.1	7.7
不 明		1.5	0

※ 家庭数はスンキを漬ける家庭の数である
(表2. 3. 4も同様)

である。

全体の約9割の家庭でスンキダネを使っており、三世大家族の方にタネを使用しない漬け方をする家庭がやや多くみられる。

3. スンキの漬け方

(1) スンキの材料……カブナ・スンキダネ

(2) 漬け込みに必要な器具……桶・重石・大鍋

このうち漬け桶は、スンキ専用のものを用い、スンキ以外の漬け物に使用した桶は一切使わない。桶は木製の

表2 スンキを漬ける容器 (%)

容 器	家族形態	三世大家族	核家族
	家庭数(戸)	66	26
木 の 桶		66.7	30.8
プラスチックの桶		45.5	73.1
陶 器 の か め		0	3.8

複数回答

ものが使われていたが、最近では表2の如くプラスチック製のものを使うようになってきている。

表2はスンキをつける容器についての調査結果であるが、核家族の方がプラスチックの桶の使用率が高い。

(3) スンキの漬け方

①カブナの蕪の部分を取り落し(蕪は別に調味料を使用してカブ漬けにされる)、茎と葉の部分(以下カブ菜という)を洗って水気を切る。

②大鍋に湯をわかし、カブ菜を一束ずつ熱湯にくぐらせては桶に納める。これを順次桶の中に積み重ねていくが、間にスンキダネをとところどころに加える。

③重ね漬けて桶にカブ菜が詰め終わったところに、菜をゆでた湯を上からざっとそそぎ入れて、落としぶたをして重石をのせる(ゆでた汁を入れないで漬ける漬け方もある)。

④漬けたカブ菜の上に常時漬け水があるような状態に重石をする。漬け込み後約1週間後ぐらいから酸味がでたとところで食用とする。

⑤追漬けには生のカブ菜をそのまま漬け込むこともある。

現在スンキ漬の担当者は表3のとおりである。

表3 スンキ漬の担当者 (%)

漬ける人	家族形態	三世大家族	核家族
	家庭数(戸)	66	26
祖 母		42.4	
母		27.3	88.5
祖 母 と 母		22.7	
母 と 娘		1.5	
父			3.8
他 人			3.8

核家族では88.5%が母であるのに対して、三世大家族では祖母が42.4%、母が27.3%、祖母と母とで漬ける場合が22.7%である。

スンキを漬ける量については、表4に示すように一般に漬ける量は少なくなってきている傾向であり、今後量をふやしたいと考えている家庭は少ない。

なお、木曾のスンキの漬け方について、俳人西馬(1808~1858年)は「茎菜を洗ひて、一把一把に束ね並べ立て、上に藁などかけてねかせば、二夜三夜にてほめきを引おこし、少し黄ばみ酢みを催す。これを漬けこみ置て春の食物とするなり」(春秋庵幹雄注)と説明している。この時代の漬け方は、現在のように熱湯で菜を加熱

木曾郡開田村の食生活とスunki

することをせず、薬などをかけて菜を加温したようである。中山・小池らの研究によるとスunkiの乳酸菌群の成育の適温はおおむね10～40℃であるとしている。開田村の気温は表5にもみられるように殊に冬期間は低い。この低い気温で活発な乳酸発酵をさせるために昔からカブ菜を暖めて漬け込む工夫がなされるようになったと考えられる。

表4 スunkiを漬ける量について (%)

家族形態 家庭数(戸)	家族形態	
	三世大家族	核家族
量について	66	26
昔と同じ	25.7	15.4
少なくなった	66.7	69.2
多くなった	7.6	11.5
不明		3.9
今後量をふやしたい	4.5	11.5
従来どおり	75.8	84.6
減らしたい	19.7	3.9

表5 昭和54年木曾郡開田村最高最底気温

年次		1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	全年
月別	最高	10.2	11.4	16.2	19.8	23.1	27.0	29.7	28.3	24.5	20.8	18.6	13.1	29.7
	最底	-16.1	-15.2	-14.9	-6.1	-4.4	1.9	5.1	10.8	3.3	-2.3	-8.6	-12.9	-16.1
月別平均	最高	2.4	3.9	5.1	10.8	16.6	21.3	23.2	25.0	21.0	16.5	11.2	5.2	13.5
	最底	-9.0	-6.8	-5.9	-0.6	2.0	11.7	13.3	14.7	11.6	3.8	-0.5	-5.8	2.4

試料提供:長野地方気象台

表6 家庭で漬ける漬物について (%)

地区 調査数	地区		
	開田	王滝	木曾福島
種類	93	72	131
すんきを漬ける	98.9	91.7	69.5
すんき以外の漬物をする	100	100	100
かぶ漬	98.9	97.2	70.2
たくあん	97.8	93.1	92.4
木曾菜漬	90.3	84.7	90.1
うりのかす漬	88.2	87.5	80.2
白菜漬	88.2	83.3	84.0
梅の塩漬	81.7	95.8	90.1
即席漬	71.0	65.3	63.4
山菜漬	69.9	63.9	44.3
ごぼうのみそ漬	51.6	40.3	36.6
ぬかみそ漬	39.3	43.1	52.7
らっきょう漬	31.2	55.6	49.6

いづれにしても、スunkiは古くから食塩を用いないで漬け、酸味と独特の風味をもつ特色ある食品である。

4. スunkiの利用法

家庭でどのような漬物を漬けているのかを調べた結果が表6である。

スunki以外のいづれかの漬物を漬けている家庭はどの地区でも100%であり、また80%以上の家庭で漬けるとされた漬物がいづれの地区でも5～6種類あり、保存食としての漬物の重要性がうかがえる。スunkiは王滝村と開田村で多く、特に開田村では98.9%とほとんどの家庭で作られている。カブ漬はスunkiに使用した葉と茎を除いたカブの部分の漬けるものであり、スunkiと同様の傾向がみられ、王滝・開田で97.2%、98.9%と多く、木曾福島では70%台と2村に比べて少なかった。表6以外に5軒以上の家庭で漬けられているものには、ナスのからし漬、梅の焼酎漬、梅の砂糖漬、かりんの砂糖漬、野沢菜漬、セロリーの粘漬、白菜の朝鮮漬、みょうがの酢漬、べったら漬けのようなものがあった。

スunkiは他の漬物と同様にいわゆる香の物として食べられるほかに、調理の材料として使われることが大きな特徴である。スunkiがどのような調理法でどの程度食べられているかを示したのが表7である。

最も食べる度数の多いスunki汁は汁の実にスunkiを用いたもので、みそ汁が9割以上である。次いで食べられるスunkiそば・うどんは、そば・うどんのかけ汁にスunki

表7 スunki料理の喫食状況 (%)

料理名	回答要件				回答なし
	よく食べる	時々食べる	あまり食べない	食べたことがない	
スunki(そのまま)	30.8	33.8	29.2	3.1	3.1
スunki汁	72.3	27.7			
スunkiそば・うどん	24.6	63.1	10.8		1.5
スunkiのあえもの	4.6	15.4	29.2	41.6	9.2
スunkiの油炒め		18.5	16.9	55.4	9.2
スunki炒め煮・うま煮		6.2	20.0	64.6	9.2

※ 調査家庭数49

キを入れたものである。スンキ汁、スンキそば・うどんはスンキの調理法としては古くから行われているものであり、「食べたことがない」が0%とどの家庭でも行われている調理法である。一方スンキのあえ物、油炒め、炒め煮・うま煮などは、食べたことがないという家庭が多く、特に油炒め、炒め煮・うま煮においては50%以上になっている。これらは比較的新しい調理法であるためではないだろうか。

なお、スンキは7月の調査時においてもわずかではあるが利用されている(表13-1)。古くは夏期には乾燥スンキをもどして使用したものであった。現在は冬期に漬けたスンキを乾燥させずにそのまま冷蔵庫で保存したものの使用もみられる。

スンキの嗜好状況について調査した結果を表8に示した。

最も食べられているスンキ汁は、10才代以上では85%以上の人が「好き」と答えている。スンキそば・うどんはどの年代でも「好き」が70%以上であったが、殊に40才代以上の人に好かれている。「嫌い」と答えた人は7%以下であるが若い層にやや多い。「スンキをそのまま

食べる」ではスンキ汁、スンキそば・うどんと異なり、「食べたことがない」もかなりあり、「好き」が少くなっている。スンキの嗜好状況の概要をみると、20才未満の人たちの中でスンキの好みがそれ以上の年代の人たちより少ない傾向である。これは20才未満の年代のスンキばなれを示すのか、あるいはこれらの若年者も年齢の増加とともに愛着ある食品としてとりあげるようになるかは、今後の家庭の食生活に負うところが多いと考える。

5. 昭和54年2月・7月・11月の食事の状況

①主食の摂り方

表9-1・2に示したように3食米飯ベターンの家庭が圧倒的に多い。小麦粉製品は米食を補う形で食べられている。しかし今回調査の核家族においては夕食の米飯は69%、昼食は75%と三世代家族に比べて少なくなっている傾向がみられる。また、麦飯も核家族のみにみられる。

②副食の摂り方

副食については表10-1・2、11-1・2に示した。

表8 スンキ料理の嗜好状況

(%)

料理名 回答要件 年齢(才) 人数	スンキ (そのまま)					スンキ汁				スンキそば・うどん			
	好き	普通	嫌い	食べたことがない	好き	普通	嫌い	食べたことがない	好き	普通	嫌い	食べたことがない	
	~9	14	14.3	28.6	28.6	28.6	78.6	14.3	7.1		71.4	21.4	7.1
10~19	123	59.4	20.3	13.0	7.3	85.4	11.4	3.2		75.6	16.3	6.5	1.6
20~39	45	71.1	11.1	8.9	8.9	88.9	6.7	2.2	2.2	84.4	6.7	6.7	2.2
40~59	85	68.2	23.5	2.4	5.9	88.2	9.4	2.4		90.6	4.7	3.5	1.2
60~	67	68.6	19.4	6.0	6.0	88.1	10.4	1.5		89.5	6.0	1.5	3.0

表9-1 主食の摂り方(月別)

(%)

調査月 食事 主食の種類	2月			7月			11月		
	朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕
	食数	273	224	272	237	185	235	190	162
米飯	95.6	88.9	84.9	98.8	87.4	82.6	93.7	82.7	79.5
(麦飯)	(1.8)	(0.9)	(1.5)	(3.4)		(2.6)	(1.6)	(1.2)	(1.1)
餅類	1.1	2.7	1.1		0.5			0.6	1.1
パン	2.2	0.4	0.4	0.4	4.4	0.4	2.6	0.6	
めん類		3.6	5.5		2.8	9.4		5.0	7.4
米飯+パン	0.7	1.3		0.4	0.5		2.1	0.6	
米飯+めん類		1.8	8.1		3.9	7.6	0.5	9.3	8.9
パン+めん類		0.4							
その他	0.4	0.9		0.4	0.5		1.1	1.2	0.5
主食なし									2.6

木曾郡開田村の食生活とスunki

表9-2 主食の摂り方(家族形態別)

(%)

調査月 家族形態 食事 食数 主食の種類	2月						11月					
	三世代家族			核家族			三世代家族			核家族		
	朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕
	192	181	191	81	43	81	142	130	142	48	32	48
米(麦)	95.3	88.4	85.3	96.3 (6.2)	90.7 (4.7)	84.0 (4.9)	94.4	84.6	83.1	91.7 (6.3)	75.0 (6.3)	68.8 (4.2)
餅類		2.8	1.1		2.3	1.2			0.7		3.1	2.1
パン	3.1	0.6	0.5				2.1	0.8		4.1		
めん類		2.8	3.7		7.0	9.9		3.1	4.9		12.5	14.6
米飯+パン	1.1	1.6		3.7			2.1	0.8		2.1		
米飯+めん類		2.2	9.4			4.9	0.7	9.2	9.9		9.4	6.2
パン+めん類		0.5										
その他	0.5	1.1					0.7	1.5	0.7	2.1		
主食なし								0.7				8.3

表10-1 副食の品数(月別)

(%)

調査月 食事 食数 副食の品数	2月			7月			11月		
	朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕
	273	224	272	237	185	235	190	162	190
0	1.1	0.9	1.5	0	0.5	0.6	0.5	1.2	3.2
1	2.9	9.4	7.4	1.7	10.3	8.1	1.6	9.3	9.5
2	20.5	35.2	26.1	29.1	41.6	25.3	23.7	39.5	24.7
3	41.8	41.1	34.5	44.3	36.2	30.8	45.8	42.0	35.8
4以上	33.7	13.4	30.5	24.9	11.4	35.2	28.4	8.0	26.8

表10-2 副食の品数(家族形態別)

(%)

調査月 家族形態 食事 食数 副食の品数	2月						11月					
	三世代家族			核家族			三世代家族			核家族		
	朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕
	192	181	191	81	43	81	142	130	142	48	32	48
0	1.0	1.1	1.6	1.2	0	1.2	0.7	1.4	3.5	0	0	2.1
1	3.6	7.7	6.8	1.2	16.3	8.7	1.4	8.5	8.5	2.1	12.5	12.5
2	19.3	35.4	26.2	23.5	34.9	25.9	21.8	40.8	22.5	29.2	34.4	31.2
3	42.2	43.1	34.5	40.8	32.5	34.6	52.8	43.1	39.4	25.0	37.5	25.0
4以上	33.9	12.7	30.9	33.3	16.3	29.6	23.3	6.2	26.1	43.7	15.6	29.2

品数では朝食・夕食が同じくらいかやや朝食が多めで昼食は少ない(表10-1・2)。朝食はみそ汁90%以上、漬物75%前後と多く、次いで焼き物の出現率が高く煮物、炒め物と続く。焼き物の8割は卵焼きである。夕食は平均80%以上が米飯であるがみそ汁は50%前後と少なくなる。煮物・焼き物・揚げ物・サラダ・生野菜などがこれに続く。夕食における油料理の出現頻度をみると三

世代家族では揚げ物よりもサラダ・炒め物・焼き物が多いのに対し、核家族では揚げ物が三世代家族の2倍の頻度である。昼食は朝食と同じか、朝の飯と汁に漬物か煮物を加える程度で簡単である。

副食の品数では朝・夕食で大差ないが、調理法の面では夕食は多様化されている。

スunkiは漬物の食べ方としては少ないが調理材料と

表11-1 副食の調理法と頻度 (月別)

(%)

調査月 副食の種類	2 月			7 月			11 月			昭和53年7月鬼無里村			
	朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕	
	273	224	272	278	224	272	190	162	190	365	292	366	
みそ汁	90.8	73.7	50.7	93.7	58.4	58.3	91.1	56.2	47.9	89.8	67.5	39.3	
すまし汁	1.1	2.7	2.9	0.4	1.6	2.1	3.7	2.5	5.3	3.3	1.4	4.4	
炒め物	7.0	3.6	7.7	3.8	4.3	13.2	4.2	3.7	12.1	31.8	17.1	30.9	
揚げ物	5.9	2.7	13.2	6.8	5.4	13.2	5.3	2.5	9.5	19.2	12.0	16.9	
煮物	12.8	32.1	56.6	13.1	28.6	38.7	12.1	40.7	48.9	12.9	20.0	22.7	
焼き物	41.4	30.4	35.3	41.8	25.4	37.0	45.3	32.1	29.5	48.8	25.3	15.0	
蒸し物	0	0.9	4.0	0	0.5	1.7	0	0	3.2	0	0	0	
寄せ物	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
あえ物	2.9	3.1	6.3	2.5	2.2	8.5	6.3	3.7	6.3	8.2	9.6	14.2	
サラダ	2.2	4.0	7.7	5.5	8.1	11.1	2.6	1.2	8.9	8.2	4.1	13.9	
生野菜	7.0	7.6	17.3	9.7	10.3	21.3	6.3	1.9	9.5	20.0	15.6	19.4	
刺身	0.4	0	1.8	0	0	3.0	0	1.2	3.2	0	1.0	5.2	
漬物	スンキ	2.2	4.0	2.2	0	0	0	3.2	5.6	6.3			
	スンキ以外	74.7	75.4	71.3	74.7	73.0	61.3	74.2	78.4	69.5	81.9	68.5	50.3
加工食品	12.1	11.2	3.7	10.5	13.0	7.7	6.8	6.2	4.2				

して用いられている。11月の調査に現われたスンキの調理法をみるとスンキ汁が大部分で、わずかにスンキそば・うどんがみられた。

この地区の食事は米飯・みそ汁・漬物を基本とした伝統的なものであるが、学校給食・外食・調理済食品の普及でどのくらい洋風料理が出現するか調べたものが表12である。カレー・シチューなどルーを購入するものやマヨネーズソースのサラダが多く、ハンバーグ・コロッケ・フライなどは半調理冷凍食品のもの、カツ・コロッケなどは調理済食品の使用が多い。しかし、これらを含めても洋風料理の出現は大変少ない。

③おやつについて

おやつについても11月に一緒に食事調査したが、2月・7月と同様であった。中学生のおやつが中心となるため果物・甘い菓子・甘い飲料が特に多く、せんべい・スナック菓子がこれに続いている。スンキは冬期間のお茶請けには常時出されるようであるが、お茶同様おやつの品目には記録されているものはごく少なかった。

④食事材料の使用頻度

食事材料の使用頻度について表13-1・2に示した。穀類では米が朝食で97%以上、昼食では90%以上、夕

食で87%以上食べられている。同じ山村である北信の鬼無里村⁵⁾では夕食の米飯頻度は67.7%であった。しかし三世代家族では朝・昼・夕食とも米の使用頻度は90%以上であり、夕食のめんは飯の不足を補う形であるが、核家族では昼食は米+めんが多く、夕食に粉食をとることが20%前後である。核家族に米ばなれの傾向がややみられる。開田名物のそばは、めんの中に含めたがめん⁵⁾の10%にも満たなかった。

いも類は三世代家族の方がより多く食べており、カレー・シチュー・サラダ・煮物に利用されている。

砂糖は核家族の方が使用頻度が高い。2月・7月・11月の順に使用頻度が高くなっている。

油脂類は朝食では卵焼き、炒め物、夕食では揚げ物、サラダ、炒め物に多く使用されている。

豆類のうち大豆の加工品は朝・夕食に30%前後から冬では40%前後の家庭で食べられている。みそはみそ汁以外の料理への使用はあまりみられない。

魚・肉類は夕食によく食べられ、卵は朝食に食べられていることから主菜の様子が推定できる。副食の品数では朝食がやや多いが、各食品群の使用からみると夕食に重点が置かれている。

木曾郡開田村の食生活とスンキ

表11-2 副食の調理法と頻度(家族形態別)

(%)

副食の種類	調査月		2 月						11 月					
	家族形態		三世代家族			核 家 族			三世代家族			核 家 族		
	食数		朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕
			192	181	191	81	43	81	142	130	142	48	32	48
みそ汁			91.1	81.2	54.5	90.1	41.9	42.0	91.5	57.7	52.8	89.6	50.0	33.3
すまし汁			1.0	2.8	1.6	1.2	2.3	6.2	3.5	2.3	5.6	4.2	3.1	4.2
炒め物			6.8	3.9	6.8	7.4	2.3	8.6	4.9	4.6	11.3	2.1	0	14.6
揚げ物			5.7	2.8	10.5	6.2	2.3	19.8	5.6	1.5	7.0	4.2	6.3	16.7
煮物			13.0	31.5	55.0	12.3	34.9	60.5	10.6	38.5	50.7	16.7	50.0	43.8
焼き物			43.2	28.7	35.6	37.0	37.2	34.6	43.0	30.8	31.0	52.1	37.5	25.0
蒸し物			0	0.6	3.1	0	2.3	6.2	0	0	2.8	0	0	4.2
寄せ物			0	0	0	0	0	1.2	0	0	0	0	0	0
あえ物			2.1	2.2	5.2	4.9	7.0	8.6	5.6	4.6	3.5	8.3	0	14.6
サラダ			0.5	5.0	7.9	6.2	0	7.4	2.8	1.5	10.6	2.1	0	4.2
生野菜			6.8	8.3	17.3	9.9	4.7	17.3	6.3	2.3	9.2	6.3	0	10.4
刺身			0	0	1.6	1.2	0	2.5	0	1.5	2.8	0	0	4.2
漬物	スンキ		1.7	5.0	1.0	3.7	0	4.9	3.5	6.2	7.0	2.1	3.1	4.2
	スンキ以外		73.4	76.2	73.8	77.8	72.1	65.4	77.5	75.4	69.7	64.6	90.6	68.8
加工食品			12.0	9.4	4.7	12.3	18.6	1.2	4.9	6.2	4.9	12.5	6.3	2.1

表12 洋風料理の頻度 (実数)

料理名	調査月		2月		11月	
	家族形態		三世代家族	核家族	三世代家族	核家族
	食数		564	205	414	128
カレー			19	7	11	2
シチュー			7	0	7	2
ハンバーグ			6	3	4	0
フライ			3	1	13	4
カツ(豚肉・鶏肉)				1	3	
メンチカツ			1			
目玉焼・オムレツ			3	1		1
ハムエッグ						2
サラダ			29	11	21	3
スパゲティー			4			
コロッケ					1	3
ウィンナーハンバーグ巻					1	

スンキは食事材料の分類からは緑黄色野菜に入るが、スンキの緑黄色野菜としての栄養面の価値は不明なので別に集計してみた。スンキは11月に多く食べられ2月に

は少なくなり、夏はごく少ない。

過去において、冬期間は交通の便がなくなる高冷地の食生活では、無塩の青菜漬けとして調理材料となるスンキは冬の野菜のよい給源(必要不可欠)であった。

野菜は淡色野菜はほとんどの家庭で食べられているが、緑黄色野菜はこれより少ない。しかし、条件の似ている北信の鬼無里村より高冷地で夏の葉菜が作りやすい⁵⁾ためにか緑黄色野菜は鬼無里村より多い。11月でみると三世代家族の緑黄色野菜の摂取頻度は核家族より高めである。

海藻は主にわかめであり、みそ汁の実とされることが多いので朝食によく用いられる。スンキのない季節の汁の実として用いられるため、わかめの使用頻度が高くなる。

3日間の食事に出現した市販調理済食品の度数は核家族がやや多かった。開田は前報⁴⁾にみるように、隣接地区に比べて調理済食品・冷凍食品・かんづめなどの使用頻度の高い地区である。時間をかけた料理を楽しむのは、時間的に恵まれ技術もある炊事担当者のある場合で、こ

表13-1 食事材料の使用頻度 (月別)

(%)

調査月 食 事 食 数		2 月			7 月			11 月			昭和53年7月鬼無里村		
		朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕
		273	224	272	237	185	235	190	162	190	365	292	366
穀類	米	98.5	95.5	94.1	98.3	90.8	88.1	97.4	93.8	87.4	100.0	91.4	67.7
	押 麦	1.8	0.9	1.5	3.4	0	2.6	1.6	1.2	1.1	5.5	5.5	3.0
	小 麦 粉	2.2	1.3	9.2	2.5	3.2	6.4	1.1	1.2	6.3	6.6	6.8	21.0
	め ん 類	1.8	6.7	18.0	1.7	9.2	19.6	1.1	15.4	19.5	0	3.4	36.6
	パ ン	3.6	3.1	2.6	0.8	6.5	4.7	6.3	0.6	1.6	小麦粉に含めた		
	そ の 他	0.7	0.4	1.1	1.3	0	0.9	0.5	1.2	1.6	9.3	4.1	2.7
種実類	ごまなど	0.7	1.3	1.8	0.8	0	1.7	1.6	0	1.1	0.3	1.0	5.2
いも類	じゃがいも	8.4	8.0	27.2	15.2	16.2	25.1	11.1	16.0	33.7	18.4	15.8	20.5
	その他のいも	2.6	5.8	18.4	3.4	5.4	9.4	2.6	9.9	27.9	9.9	8.6	20.2
	砂 糖	13.6	12.9	19.9	19.4	24.9	23.0	17.4	25.3	27.4	23.3	25.7	29.5
	油 脂	23.8	16.1	30.1	27.8	21.1	32.3	45.8	17.2	33.2	57.5	37.0	45.9
豆 類	大豆・その製品	46.2	25.9	36.0	37.6	24.3	28.0	28.4	20.4	33.2	26.0	23.3	27.0
	み そ	90.8	73.7	50.7	93.7	60.5	58.3	91.1	56.2	50.0	89.9	70.9	43.7
	その他の豆	1.5	2.7	1.5	0.4	1.6	1.3	3.7	5.6	4.2	1.4	1.4	45.6
魚介類	魚 介 生	5.9	15.2	22.8	11.4	18.4	21.3	4.7	10.5	20.5	16.2	13.7	16.9
	加 工 品	13.9	24.6	34.6	8.9	17.3	13.6	13.7	36.4	35.3	44.9	29.1	23.5
	煮干、かつお節	51.3	37.1	37.5	51.0	35.7	40.0	53.2	36.4	33.7	42.5	34.6	23.8
肉類	肉	6.2	12.1	42.3	3.4	2.7	43.0	3.7	16.0	45.8	6.1	5.1	30.9
	肉 加 工 品	8.1	3.1	7.4	4.6	4.3	14.0	5.3	3.1	5.3	11.1	4.8	8.5
	卵	50.2	17.0	15.1	43.0	14.6	17.0	58.9	16.0	19.5	40.5	19.5	10.9
	乳	6.2	0.9	2.6	1.7	2.7	3.0	6.3	1.2	3.7	4.7	6.2	3.8
	ス ン キ	31.1	27.7	22.1	1.3	0.5	1.7	50.5	35.8	28.4			
	緑黄色野菜	50.2	52.7	63.6	38.8	31.9	51.1	42.6	50.0	61.6	29.0	25.3	31.7
	淡色野菜	79.1	77.7	88.2	86.1	77.8	91.9	78.9	89.5	95.3	97.5	93.2	95.4
	く だ も の	0.7	2.2	2.9	0	0.5	0.4	1.1	0.6	3.2	11.1	6.5	3.3
	海 草 類	32.6	14.7	16.5	45.1	25.4	19.1	25.3	9.3	12.1	39.2	27.1	21.6

の地区の家庭では家族共働きが多く、朝・夕食の食事作りにかかる時間はあまりない実情のようにみうけられる。生活時間についての調査・検討は今後の課題である。

生活の多様化が進む今日、この地区でも家族そろっての食事はくずれつつある。家族共食（同じ物を一緒に食べること）については表14に示した。

一緒に食べられない理由は通勤・通学時間のずれ、老若の生活時間のずれなどである。家族共食の度数が減少し、食事が個人化してくると、食習慣の伝承や味につい

での学習も行なわれにくくなるのではないかというおそれを感じる。特に最近の子供の嗜好に合わせた食生活の風潮がここに侵入すると、スンキのような特殊な食品の味に対する感覚は次の世代に伝わりにくくなりほしくないだろうか。

「昭和30年以前の食生活では、冬の日常食は飯とみそ汁（スンキ汁を含む）・スンキ・つくだ煮・豆製品くらいで、毎日同じようであるからスンキに対する好き嫌いなど言っていられなかった。」と語ってくれた村人もいる。著しい経済成長により経済面が豊かになったこと、

木曾郡開田村の食生活とスunki

表13-2 食事材料の使用頻度(家族形態別)

(%)

調査月 家族形態 食事 食事材料		2 月						11 月					
		三世代家族			核 家 族			三世代家族			核 家 族		
		朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕
		192	181	191	81	43	81	142	130	142	48	32	48
穀類	米	98.4	93.4	94.2	96.3	90.7	87.7	97.9	95.4	91.5	95.8	87.5	75.0
	押 麦	0	0	0	6.2	4.7	4.9	0	0	0	6.3	6.3	4.2
	小 麦 粉	2.1	1.7	7.3	2.5	0	13.6	0.7	0.8	6.3	2.1	3.1	6.3
	め ん 類	2.6	6.6	18.3	0	7.0	17.3	1.4	13.9	18.3	0	21.9	23.0
	パ ン	3.6	2.2	2.1	3.7	7.0	3.7	6.3	0.8	0.7	6.3	0	4.2
	そ の 他	1.6	3.3	2.1	1.2	2.3	3.7	0	0.8	1.4	2.1	3.1	4.2
種実類	ごまなど	1.0	1.7	2.1	0	0	1.2	0.7	0	0	4.2	0	4.2
いも類	じゃがいも	9.4	8.3	30.4	6.2	7.0	19.8	10.6	16.9	38.0	12.5	12.5	20.8
	その他のいも	2.6	5.5	19.4	2.5	7.0	16.0	2.1	10.8	28.9	4.2	6.3	25.0
砂糖		12.0	10.5	14.7	16.0	23.3	32.1	14.1	26.2	23.9	27.1	21.9	37.5
油 脂		21.9	14.3	27.3	28.4	23.3	18.5	45.0	17.7	28.2	47.9	15.6	47.9
豆類	大豆・その製品	43.8	26.5	34.6	51.9	23.3	39.5	30.3	19.2	28.9	22.9	25.0	45.8
	み そ	91.1	81.2	55.0	90.1	41.9	42.0	91.5	57.7	54.9	89.6	50.0	35.4
	その他の豆	2.1	2.8	2.1	0	2.3	0	4.9	6.9	3.5	0	0	6.3
魚介類	魚 介 生	3.1	13.8	22.0	12.3	20.9	24.7	4.9	9.2	20.4	4.2	15.6	20.1
	加 工 品	16.7	25.4	35.1	7.4	20.9	33.3	12.0	33.8	38.0	18.8	46.9	27.1
	煮干・かつお節	54.2	40.9	38.7	44.4	20.9	34.6	57.7	36.2	37.3	39.6	37.5	22.9
肉類	肉	6.8	9.9	40.3	4.9	20.9	46.9	3.5	13.8	44.4	4.2	25.0	50.0
	肉加工品	6.8	2.8	8.9	11.1	4.7	3.7	4.2	3.8	4.9	8.3	0	6.3
卵		49.0	14.9	14.7	53.1	25.6	16.0	59.2	13.8	17.6	58.3	25.0	25.0
乳		5.7	0.6	3.1	7.4	2.3	1.2	4.2	1.5	4.9	12.5	0	0
ス ン キ		32.3	30.9	22.5	28.4	14.0	21.0	49.3	36.9	33.1	54.2	31.3	14.6
緑黄色野菜		50.5	54.1	62.8	49.4	46.5	65.4	47.2	49.2	64.1	29.2	53.1	54.2
淡色野菜		78.6	81.2	88.0	80.2	62.8	82.7	81.0	89.2	95.1	72.9	90.6	95.8
く だ も の		1.0	1.7	0	0	4.7	0	0.7	0.8	4.2	2.1	0	0
海 草 類		30.7	15.5	14.1	37.0	11.6	22.2	21.8	11.5	10.6	35.4	0	16.7

表14 家族の食事の状況 (家庭数)

食事状況	三世代家族48		核 家 族 16	
	朝 食	夕 食	朝 食	夕 食
常時一緒に食べる	11	37	7	12
大体一緒に食べる	14	8	3	3
ときどき一緒に食べる	12	3	3	1
一緒に食べない	11	0	3	0

(昭和54年11月調査)

流通革命, 冷蔵庫の普及, 冷凍食品・レトルト食品など各種調理加工食品の普及, 住居の変化, 家族の生活時間の多様化などにより, 食事内容は刻々変わりつつある。この中でこの地方独特のスunkiはどこまで食べ続けられるであろうか。おいしさの面からか, 乳酸菌による健康食品としてか, 将来どのようになるのか, 人間の嗜好と食生活を考える上でいろいろ示唆を与えてくれることと思えるのである。

Ⅳ まとめ

この地方独特のスンキについて、スンキ菜・スンキダネ・スンキの漬け方・スンキ漬けの量・嗜好・スンキの調理法などについて調べ、その背景の食生活からスンキの占める位置を探った。

スンキは食品の流通機構がよくなり豊かになった現在の食生活においては、健康を守る必須の食品であった昔の重要性を失っている。しかし、食習慣においては重要な役割をもち、秋になれば大量に漬けることが、年中行事として続いている。高冷地における秋冬の野菜の給源として、また嗜好の面において現在も大きな位置を占めているのである。

終わりに、本調査に御尽力下さいました開田中学校の諸先生、調査回答に御協力下さいました同校生徒・父母

の皆様、ならびに聴取り調査に御協力下さいました開田村在住の 8 名の皆様に心から感謝いたします。また漬け菜について御教示下さいました長野県農業総合試験場大谷英夫氏、ならびに芭蕉一門の俳句に関して御指導下さいました本学太刀川清教授に深く感謝いたします。

参考文献

- 1) 中山大樹・小池弘子:醗酵工学雑誌43, 157・799(1965)
- 2) 板橋雅子・泉谷希光:日本家政学会研究発表要旨集30, 19(1978), 31, 95(1979), 32, 73(1980)
- 3) 大谷篤蔵・中村俊定:日本古典文学大系 45 芭蕉句集 393, 398(1962)
- 4) 伊藤徳・三田コト・広田直子:長野県短期大学紀要 34, 21(1979)
- 5) 伊藤徳・三田コト・広田直子:長野県短期大学紀要33, 24(1978)